

# Азбука безопасности

## Пояснительная записка

Нормативно-правовой базой кружка спортивно-оздоровительного направления «Азбука безопасности» являются:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (часть 5 статья 12).

-Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года,

- Письмо Департамента общего образования Минобрнауки России от 12.05.2011 г. № 03- 296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;

- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях – СанПиН 2.4.2.2821-10 от 29 декабря 2010 года №189;

- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Большеигнатовская средняя общеобразовательная школа».

- Устав МБОУ «СШ №29»

-Серия «Стандарты второго поколения» «Организация внеурочной деятельности школьников: методический конструктор» П.В.Степанов, Д.В. Григорьев. М. Издательство Просвещение, 2010 год.

Рабочая программа кружка дополнительного образования «**Азбука безопасности**» составлена на основе учебника авторов В.В.Поляков, М.И. Кузнецов, В.В.Марков, В.Н.Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности», методической и учебной литературы и соответствует требованиям ФГОС. Актуальность программы в том, что вопросы профилактики детского дорожно-транспортного травматизма, укрепления здоровья, безопасность от криминальных проявлений в обществе, умение грамотно вести себя в экстремальных ситуациях волнуют сегодня школу, педагогов, родителей и на сегодняшний день остаются одними из самых важных.

Программа составлена с учетом дидактических принципов: принципа индивидуального подхода, принципа наглядности и доступности, сознательной и творческой активности, принципа прочности знаний, умений и навыков. Наряду с групповыми программами предусматривается широкое использование методов индивидуальной работы с ребенком.

Программа имеет **общеинтеллектуальную направленность** и предназначена для учащихся второй ступени общего образования, где для обучающихся созданы благоприятные условия для личностного и познавательного развития и

направлена на формирование важнейших компетенций обучающихся. Обучающиеся должны научиться самостоятельно ставить цели и определять пути их достижения, использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной жизни, в том числе и за рамками учебного процесса.

Отличительной особенностью данной программы является широкое привлечение для рассмотрения на занятиях с детьми разнообразных жизненных ситуаций. Это позволяет учить детей правильно оценивать те или иные поступки, самостоятельно действовать, что в дальнейшем позволит им использовать полученный опыт для применения в аналогичных жизненных ситуациях.

Внеурочные занятия по курсу ОБЖ призваны способствовать формированию у учащихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера и индивидуальной системы здорового образа жизни, антитеррористического поведения. Основу внеурочных занятий по курсу ОБЖ составляет подготовка и участие школьников в районном конкурсе «Безопасное колесо», а также участие ребят и в других различных конкурсах, движениях, марафонах и т.д. Программа предполагает применение здоровьесберегающих приемов и методов.

### **Цель и задачи программы**

**Целью** данного курса формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений, поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни, совершенствование морально - психологического состояния и физического развития подрастающего поколения.

#### **Основными задачами курса являются:**

- выработка активной жизненной позиции учащихся;
- изучение правил безопасного поведения на дорогах и улицах;
- овладение навыками проведения работы по пропаганде Правил дорожного движения;
- изучение правил противопожарной безопасности;
- изучение правил безопасного поведения дома, на улице, в школе и в общественных местах;
- овладение приемами оказания первой помощи пострадавшим;

### **Результаты освоения курса**

**Личностными** результатами прохождения программы являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметными** результатами обучения являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Предметными** результатами являются:

*1. В познавательной сфере:*

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

*В ценностно-ориентационной сфере:*

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

### *3. В коммуникативной сфере:*

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

### *4. В эстетической сфере:*

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

### *5. В трудовой сфере:*

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- умения оказывать первую медицинскую помощь.

### *6. В сфере физической культуры:*

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

Данный курс рассчитан на 5 лет обучения (1 час в неделю)

## **Содержание курса**

Дополнительная образовательная программа включает в себя следующие модули для изучения:

- 1. Основы безопасности личности, общества и государства**
- 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни**

### 5 класс

Наименование раздела, темы	Количество часов
<b>I. Основы безопасности личности, общества и государства</b>	27 часов
1. Личная безопасность в повседневной жизни	11 часов
2. Безопасность на дорогах и на транспорте	7 часов
3. Опасные ситуации социального характера	4 часа
4. Загрязнение среды обитания	2 часа
5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания	2 часа
<b>II. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>	9 часов
6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	3 часа
7. Основы здорового образа жизни	5 часов
<b>Итого</b>	<b>34 часов</b>

### 6 класс

№	Название темы, раздела	теория	практика	всего
<b>1</b>	Безопасность и защита человека в опасных ситуациях в городе	1	2	3
<b>2</b>	Безопасность и защита человека в природных условиях	2	4	6
<b>3</b>	Опасные ситуации социального характера	1	2	3
<b>4</b>	Опасные ситуации техногенного характера	3	6	9
<b>5</b>	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1	3	4
<b>6</b>	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	2	7	9
	<b>Всего</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>34</b>

### 7-8 классы

№	Название темы, раздела	теория	практика	всего
<b>1</b>	Безопасность и защита человека в опасных ситуациях в городе	2	4	6
<b>2</b>	Безопасность и защита человека в природных условиях	4	8	12
<b>3</b>	Опасные ситуации социального характера	2	4	6
<b>4</b>	Опасные ситуации техногенного характера	6	12	18
<b>5</b>	Чрезвычайные ситуации природного характера.	2	6	8
<b>6</b>	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	4	14	18
	<b>Всего</b>	<b>20</b>	<b>48</b>	<b>68</b>

### 9 класс

Наименование раздела, темы	Количество часов
<b>I. Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<b>26 часов</b>
1. Личная безопасность в повседневной жизни	11 часов
2. Безопасность на дорогах и на транспорте	7 часов
3. Опасные ситуации социального характера	2 часа
4. Загрязнение среды обитания	2 часа
5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания	2 часа
<b>II. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>	<b>8 часов</b>
6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	3 часа
7. Основы здорового образа жизни	5 часов
Итого	34 часа

### Тематическое планирование

#### 5 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания
1	2	3	4
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.</b>			
<b>Личная безопасность в повседневной жизни</b>			
1	Особенности города как среды обитания человека.	1	Понятия о стихийном бедствии и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Причины вынужденного автономного существования.
2	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1	Государственные, муниципальные (городские) и районные специальные службы обеспечения безопасности. Правила вызова служб безопасности. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!».
3	Опасные и	1	Источники опасности в жилище и их характеристика.

	аварийные ситуации в доме (квартире).		Возможные опасные ситуации в доме (квартире) и их причины.
4	Опасные факторы и причины пожаров.	1	Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, их последствия. Меры пожарной безопасности в быту.
5	Правила поведения при пожаре. Эвакуация.	1	Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире). Правила безопасной эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Основные причины возгорания телевизора (электроприбора). Правила безопасного поведения при возгорании телевизора (электроприбора).
6	Средства тушения пожаров.	1	Огнестойкость зданий и сооружений. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.
7	Затопление квартиры.	1	Водоснабжение дома (квартиры). Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.
8	Электричество.	1	Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами.
9	Опасные вещества и продукты питания.	1	Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений.
10	Взрыв и обрушение дома.	1	Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при возникновении взрыва в доме (квартире) и обрушении дома.
11	Безопасность нестандартных ситуациях	1	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Правила предотвращения таких ситуаций. Меры безопасности при потере ключей от дома (квартиры). Опасность толпы. Как уцелеть в толпе. Правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей (на дискотеке, стадионе и т. п.). Безопасное поведение с животными. Правила предосторожности при встрече с собаками. Правила поведения при нападении собаки.

<b>Безопасность на дорогах и на транспорте</b>				
12	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	и	1	Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Дорога и ее составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки, их характеристика. Сигналы светофора и регулировщика.
13	Безопасное поведение пешеходов.		1	Понятие о пешеходах и пассажирах. Правила безопасного движения пешеходов по дорогам. Правила перехода проезжей части пешеходами.
14	Безопасное поведение пассажиров.		1	Правила поведения пассажира автобуса (троллейбуса, трамвая). Правила поведения пассажира легкового автомобиля. Правила поведения пассажира мотоцикла.
15	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	в и	1	Краткая характеристика современных видов транспорта (автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус, метро). Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении, при падении автомобиля в воду. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристики. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях.
16	Железнодорожный транспорт.		1	Источники опасности и опасные зоны на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде.
17	Авиационный транспорт		1	Характеристика авиационного транспорта. Правила поведения авиапассажиров в салоне самолета. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при аварийной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.
18	Морской и речной транспорт		1	Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на морском и речном транспорте. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если человек упал за борт судна.
<b>Опасные ситуации социального характера</b>				

19	Психологические основы самозащиты	1	Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера.
20	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	1	Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке.
21	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1	Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Как предотвратить опасные домогательства.
22	Правила поведения при захвате в заложники.	1	Понятие о заложнике. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники. Рекомендации по безопасному поведению при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в заложники в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.
<b>Загрязнение среды обитания</b>			
23	Загрязнение воды.	1	Загрязнение воды. Роль воды в жизнедеятельности человека. Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях.
24	Загрязнение воздуха.	1	Загрязнение воздуха. Общие сведения об атмосфере. Состав воздуха, которым мы дышим. Причины загрязнения воздуха. Рекомендации по предотвращению загрязнения воздуха в местах проживания.
25	Загрязнение почвы	1	Загрязнение почвы. Роль почвы в жизнедеятельности человека. Причины загрязнения почвы и их последствия. Вредные вещества, накапливающиеся в почве в результате промышленных выбросов. Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве
<b>Средства индивидуальной защиты органов дыхания</b>			
26	Фильтрующие противогазы.	1	Фильтрующие противогазы. Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих

			противогазов. Гражданские противогазы ГП-7 и ГП-7В, устройство и правила пользования.
27	Пользование противогазом.	1	Детский противогаз ПДФ-2Ш, устройство и правила пользования. Правила подбора противогаза, определение размера (роста) шлем-маски, подготовка противогаза к работе. Пользование противогазом. Переноска противогаза. Положения противогаза: походное, наготове, боевое. Перевод противогаза в боевое положение. Практическая отработка упражнения по надеванию противогаза.
<b>Модуль 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>			
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>			
28	Виды ранений, их причины и первая помощь	1	Понятие о ране. Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах.
29	Общая характеристика кровотечений	1	Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение и его характеристика. Артериальное кровотечение и его характеристика. Смешанные кровотечения и их характеристика. Капиллярное кровотечение и его особенности.
30	Первая помощь при кровотечении	1	Способы временной остановки кровотечения. Остановка кровотечения путем пальцевого прижатия артерий. Особенности и правила остановки кровотечения путем наложения жгута. Остановка кровотечения путем наложения давящей повязки. Остановка кровотечения путем максимального сгибания конечности. Остановка кровотечения путем придания поврежденной конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.
<b>Основы здорового образа жизни</b>			
31	Движение и здоровье	1	Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Понятие об опорно-двигательном аппарате и его развитии. Опорно-двигательный аппарат как генератор двигательной активности. Избыток и недостаток движения (гиподинамия) — причина некоторых заболеваний человека.
32	Нарушения осанки и причины их возникновения	1	Понятие об осанке. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.
33	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	1	Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере.
34	Развитие и	1	Понятие о детском и подростковом возрасте. Развитие

изменение организма в вашем возрасте	организма в детском возрасте. Характеристика факторов, влияющих на развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Активность сальных и потовых желез в подростковом возрасте. Гигиенические мероприятия по уходу за сальными и потовыми железами.
--------------------------------------	--

### 6 класс

№	Содержание	Кол-во часов	Теория	Практические занятия
<b>Безопасность и защита человека в опасных ситуациях в городе – 6 ч</b>				
1	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Техника безопасности при работе с бытовыми приборами и бытовой химией	2	теория	
2	Техника безопасности при работе с бытовыми приборами и бытовой химией	2		Практическое занятие
3	Правила вызова экстренных служб.	2		Практическое занятие
<b>Безопасность и защита человека в природных условиях – 12 ч</b>				
1	Ориентирование на местности. Работа с компасом и картой.	1	теория	
2	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	2		Практическое занятие
3	Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения.	1	теория	
4	Виды снаряжения для пешего, велосипедного, водного, лыжного похода. Правила комплектации и укладки снаряжения.	2		Практическое занятие
5	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе. Обеспечение личной безопасности на водном, воздушном, железнодорожном транспорте.	2	теория	
6	Определение места для бивака и организация бивачных работ. Виды укрытий, работа на местности.	2		Практическое занятие
7	Изготовление макетов костров и места для бивака	2		Практическое занятие
<b>Опасные ситуации социального характера - 6 ч</b>				

1	Взаимоотношение людей, проживающих в городе и их безопасность	2	теория	
2	Правила поведения на улице: общение с незнакомыми людьми	2		Практическое занятие
3	Правила поведения на улице: поведение в толпе при массовых мероприятиях.	2		Практическое занятие
<b>Опасные ситуации техногенного характера – 10 ч</b>				
1	Дорожное движение. Безопасность участников дорожного движения – пассажира, пешехода, водителя	2	теория	
2	Дорожные знаки и их виды. Разметка дороги.	4		Практическое занятие
3	Пожарная безопасность. Причины пожаров в быту, в лесу.	2	теория	
4	Правила поведения при пожаре и угрозе пожара.	2		Практическое занятие

#### 7 класс

1	Индивидуальные и коллективные средства защиты при пожаре	2	теория	
2	Изготовление марлевой повязки	2		Практическое занятие
3	Противогаз, правила подбора и эксплуатации	2		Практическое занятие
4	Огнетушитель, его виды и предназначение. Правила работы с огнетушителем.	2		Практическое занятие
<b>Чрезвычайные ситуации природного характера – 8 ч</b>				
5	Погодные условия и безопасность человека	2	теория	
6	Правила поведения на улице при неблагоприятных погодных условиях.	2		Практическое занятие
7	Безопасность на воде. Правила купания. Катание на лодке, гидроцикле, надувных средствах передвижения.	2		Практическое занятие
8	Безопасность на водоемах. Правила само – и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.	2		Практическое занятие
<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни -18 ч</b>				

9	Здоровый образ жизни и профилактика переутомления.	2		Практическое занятие
10	Компьютер и его влияние на здоровье.	2		Практическое занятие
11	Влияние социальной, неблагоприятной среды на развитие и здоровье человека.	2	теория	
12	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья. Рациональное питание. Гигиена питания	2		Практическое занятие
13	Вредные привычки и их профилактика	2		Практическое занятие
14	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	2	теория	
15	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении	2		Практическое занятие
16	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и обморожении	2		Практическое занятие
17	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	2		Практическое занятие

### 8 класс

1	Индивидуальные и коллективные средства защиты при пожаре	2	теория	
2	Изготовление марлевой повязки	2		Практическое занятие
3	Противогаз, правила подбора и эксплуатации	2		Практическое занятие
4	Огнетушитель, его виды и предназначение. Правила работы с огнетушителем.	2		Практическое занятие
<b>Чрезвычайные ситуации природного характера – 8 ч</b>				
5	Погодные условия и безопасность человека	2	теория	
6	Правила поведения на улице при неблагоприятных погодных условиях.	2		Практическое занятие
7	Безопасность на воде. Правила купания. Катание на лодке,	2		Практическое занятие

	гидроцикле, надувных средствах передвижения.			
<b>8</b>	Безопасность на водоемах. Правила само – и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.	<b>2</b>		Практическое занятие
<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни -18 ч</b>				
<b>9</b>	Здоровый образ жизни и профилактика переутомления.	<b>2</b>		Практическое занятие
<b>10</b>	Компьютер и его влияние на здоровье.	<b>2</b>		Практическое занятие
<b>11</b>	Влияние социальной, неблагоприятной среды на развитие и здоровье человека.	<b>2</b>	<b>теория</b>	
<b>12</b>	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья. Рациональное питание. Гигиена питания	<b>2</b>		Практическое занятие
<b>13</b>	Вредные привычки и их профилактика	<b>2</b>		Практическое занятие
<b>14</b>	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	<b>2</b>	<b>теория</b>	
<b>15</b>	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении	<b>2</b>		Практическое занятие
<b>16</b>	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и обморожении	<b>2</b>		Практическое занятие
<b>17</b>	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	<b>2</b>		Практическое занятие

### 9 класс

<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.</b>				
<b>Личная безопасность в повседневной жизни</b>				
<b>1</b>	Особенности города как среды обитания человека.	<b>2</b>		Практическое занятие
<b>2</b>	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	<b>2</b>		Практическое занятие
<b>3</b>	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	<b>2</b>		Практическое

				занятие
4	Опасные факторы и причины пожаров.	2	Теория	
5	Правила поведения при пожаре. Эвакуация.	2	Теория	
6	Средства тушения пожаров.	2	Теория	
7	Затопление квартиры.	2		Практическое занятие
8	Электричество.	2		Практическое занятие
9	Опасные вещества и продукты питания.	2		Практическое занятие
10	Взрыв и обрушение дома.	2		Практическое занятие
11	Безопасность в нестандартных ситуациях	2	Теория	
<b>Безопасность на дорогах и на транспорте</b>				
12	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	2	Теория	
13	Безопасное поведение пешеходов.	2	Теория	
14	Безопасное поведение пассажиров.	2	Теория	
15	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	2	Теория	
16	Железнодорожный транспорт.	2	Теория	
17	Авиационный транспорт	2	Теория	
18	Морской и речной транспорт	2	Теория	
<b>Опасные ситуации социального характера</b>				
19	Психологические основы самозащиты	2	Теория	
20	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	2	Теория	

21	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	2	Теория	
22	Правила поведения при захвате в заложники.	2	Теория	
<b>Загрязнение среды обитания</b>				
23	Загрязнение воды.	2	Теория	
24	Загрязнение воздуха.	1	Теория	
25	Загрязнение почвы	1	Теория	
<b>Средства индивидуальной защиты органов дыхания</b>				
26	Фильтрующие противогазы.	2		Практическое занятие
27	Пользование противогазом.	2		Практическое занятие
<b>Модуль 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>				
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>				
28	Виды ранений, их причины и первая помощь	2		Практическое занятие
29	Общая характеристика кровотечений	2		Практическое занятие
30	Первая помощь при кровотечении	2		Практическое занятие
<b>Основы здорового образа жизни</b>				
31	Движение и здоровье	2		Практическое занятие
32	Нарушения осанки и причины их возникновения	4		Практическое занятие
33	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	2		Практическое занятие
34	Развитие и изменение организма в вашем возрасте	2		Практическое занятие

## Планируемые результаты освоения программы кружка «Азбука безопасности»

В результате прохождения программы кружка дополнительного образования

«Азбука безопасности» ученик должен **знать**:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- основные правила безопасного поведения в школе, дома, на улице и в общественных местах;
- основные правила дорожного движения, причины и последствия ДДТТ, права и обязанности пешеходов, водителей и пассажиров;
- причины пожаров и правила пожарной безопасности в быту;
- основные способы оказания первой медицинской помощи.

Ученик должен **уметь**:

предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций

- по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении и чрезвычайных ситуаций;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

### Перечень учебно-методического оснащения

#### 1. Программы

- Рабочая программа. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы: учебно-методическое пособие/ авт.-сост. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. М.: Дрофа, 2012.

#### 2. Учебники

- В.В. Поляков, М.И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук учебник для общеобразовательных учреждений Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс. Москва. Дрофа 2013 г.
  - А.Г.Маслов,В.В.Марков,В.Н.Латчук, М.И. Кузнецов Основы безопасности жизнедеятельности 6 класс. Москва.Дрофа 2015 г.
- 3. Методические и учебные пособия**
- Пособие в помощь начинающему водителю – от велосипеда до автомобиля. Под общей редакцией Главного государственного инспектора безопасности дорожного движения М.О С.А. Сергеева
  - Основы безопасности жизнедеятельности. Планирование и организация занятий в школе. 5-11 кл.: метод, пособие/ В.Н.Латчук, С.К.Миронов, Б.И.Мишин. - 4-е изд., стереотип. - М.: Дрофа, 2006.
- 4. Дидактические материалы**
- Правила дорожного движения РФ. Сибирское университетское издательство 2011г.
  - Г.Б. Громоковский, С.Г. Бачманов, Я.С. Репин и др. Экзаменационные задачи для подготовки к теоретическим экзаменам на право управления транспортными средствами категорий «А» и «В» с коммент. Издательство Третий Рим 2011г
  - Обеспечение безопасности пешеходов: Обзорная информация. Зарубежный опыт. Выпуск 23. – М.: НИЦ БДД МВД России, 2011, - 112 с.
  - Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей 5-9 классы. Под общей редакцией А.Т. Смирнова. Москва «Просвещение» 2008
  - Справочник классного руководителя: внеклассная работа в школе по изучению ПДД/ авт.- сост. В.Е. Амелина. - М.: Глобус, 2006.
  - Конкурсы, викторины, праздники по ПДД для школьников/ Н. Ковалёва. - Изд.4-е Ростов н/Д: Феникс, 2008.
  - Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5-9 кл.-3е изд., стереотип. - М.: Дрофа, 2006.
  - Главное управление МЧС России по Московской области - Памятка населению о действиях при выполнении мероприятий гражданской обороны, ликвидации ЧС, пожарной безопасности и безопасности на водных объектах
- 5. Технические средства обучения**
- Персональный компьютер.
  - Мультимедийный проектор
  - Интернет ресурсы
- 6. Учебно-практическое оборудование**
- Компас
  - Транспортные средства
  - Аптечка
  - Противогазы
  - Аптечка индивидуальная (АИ-2)